Kunchab Magazine



Het prinselijk bezoek

Kwartaalblad over boeddhisme

4 2001





KUNCHAB MAGAZINE
Kwartaalblad

Jaargang 2001
nr. 4 • november

Redactieadres:
Kruispadstraat 33
B-2900 Schoten

Kunchab Magazine
verschijnt 4 maal per jaar:
in februari, mei augustus en
november

Abonnementsprijs per jaar (verzending inclusief):
België: € 10,00
Buitenland: € 12,50

Losse nummers:
€ 2,50
(verzending: € 1,25)

Uitgever:
KSGL Tibetaans Instituut vzw
Kruispadstraat 33
B-2900 Schoten
Tel.: (03) 685 09 19
Fax: (03) 685 09 91
E-mail: tibinst@skynet.be

Postgiro: 000-0082782-41
(Alle kosten ten laste van de
opdrachtgever)

Illustraties:
Gega Lama, Temba Rabgay

Omslagontwerp:
H. de Neve

Lay-out:
phooey! - Peter Hiel

Inhoud

Herinnering: abonnement / lidgeld voor 2002!

Mocht u uw bijdrage nog niet betaald hebben, dan hebt u hiervoor nu de gelegenheid.

- Abonnement op Kunchab Magazine: € 10,00 (€ 12,50 buitenland)
- Lidmaatschap (abonnement inclusief)
  - *gewoon lid:* € 25,00
  - *actief lid:* € 150,00 of € 12,50 per maand
  - *lid-weldoener:* € 300,00 of € 25,00 per maand

Hebben meegewerkt aan dit nummer

Gilberte Bonne, Micheline Boutreman, Ghislaine Craenhals, Walter De Bondt, Jacqueline Delvaux, Fifi Engelen, Frans Goetghebeur, Clara Laureys, Lama Karta, Charlotte Puyk, Teundroeb, Marie-Hélène Tinois, Jacqueline Van Aert, Gerda Van Beeck, Brigitte Van Minnenbruggen, Lea Vanrompay, Philippine van Zuylen, Mercédès Zamora en Alexandre

Editoriaal

Wij hopen dat het met u allen opperbest gaat.

In Yeunten Ling evolueert alles in positieve zin. Het gaat goed met de Lama's en al de residenten. Hoewel er geen nieuws te melden valt over de bouw van de nieuwe tempel bewaren we de hoop en hebben we het plan dit project te realiseren. Anderzijds is de inhuldiging van het Nalanda instituut een buitengewone gebeurtenis geworden. U heeft dat zelf meegemaakt of er zeker en vast over horen praten.



De Lama's en de leden van de actieve ploegen in de verschillende centra wensen u allen een prettig kerstfeest. Wij bieden u ook onze beste wensen aan voor Nieuwjaar en hopen dat al uw wensen gedurende het jaar 2002 zullen worden gerealiseerd.

Lama Karta

De redactie van Kunchab Magazine wenst zich te verontschuldigen voor de grote vertraging waarmee nummer 4 verstuurd werd.

Het instituut Yeunten Ling in Huy



Lama Tashi Nyima, Lama Zeupa, Lama Karta, Tempa Rabgay

Januari 2002

zaterdag 12 tot zondag 13 januari 2002
YOGA VOOR BEGINNERS, LAMA ZEUPA

VOLZET!

zaterdag 19 januari en zondag 20 januari 2002
DE GEEST TOT RUST BRENGEN EN CONCENTREREN, LAMA ZEUPA

Een weekend voor beginners en gevorderden. In de ochtend onderricht en in de namiddag oefeningen in mediteren.

Deelname:
- € 10,00 per dag (verblijf en maaltijden niet inbegrepen)
- € 55,00 alles inbegrepen

Februari 2002

zaterdag 9 tot maandag 11 februari 2002
RITUELS DE MAHAKALA

Gedurende drie dagen doen de Lama's van 's morgens tot 's avonds deze praktijk.Zo wordt alle negativiteit gezuiverd en het oude jaar op een behoorlijke wijze afgesloten. Ieder kan zelf bepalen welke periode hij of zij wenst deel te nemen.

- zaterdag 9 februari om 10u30: onderricht over Mahakala
- zondag 10 februari on 15u: Lama Zeupa geeft de initiatie van Mahakala.

We raden iedereen die zich kan vrijmaken aan om deel te nemen aan deze uitzonderlijke initiatie.

Bijdrage: € 10,00 per dag (verblijf en maaltijden niet inbegrepen)

zaterdag 23 tot zondag 24 februari 2002
TARA, ONDERRICHT EN INITIATIE DOOR LAMA ZEUPA



Boeddha Shakyamoeni heeft in tantrische onderrichtingen met veel lof over deze bodhisattvi gesproken. Tara is de vrouwelijke manifestatie van de geest van alle boeddha's. Ze wordt geassocieerd met oorspronkelijke wijsheid en mededogen. Letterlijk betekent Tara 'bevrijdster'. Zij vertegenwoordigt de kracht die bevrijdt van angsten en gevaren. Haar verschillende aspecten worden beschreven in de lofzangen die deel uitmaken van de Tara praktijk die we 's morgens reciteren.

Een uitstekende gelegenheid om deze praktijk en dit vrouwelijk aspect, moeder van alle boeddha's genaamd, van naderbij te leren kennen.

Bijdrage:
- € 55,00 cursus, logement en maaltijden ingegrepen.
- € 10,00 (verblijf en maaltijden niet inbegrepen)

woensdag 13 februari 2002
TIBETAANS NIEUWJAAR



LOSAR, FEEST VAN HET TIBETAANS NIEUWJAAR

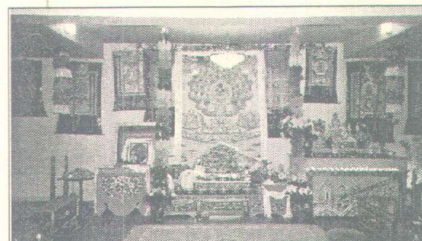
Zowel op spiritueel als op mondain gebied is het Tibetaanse Nieuwjaar een belangrijke periode in het leven van een boeddhist. De traditie zegt dat deze condities een waarborg zijn voor gunstige verbintenissen, gezondheid, geluk en welvaart in het komende jaar.



zaterdag 16 februari 2002

15 uur: Videofilms over Tibet
18 uur: Mahakala-poedja
20 uur: Onderricht door een der Lama's

zondag 17 februari 2002



06 uur: Samenkomst in de tempel voor wensritueel, nadien zoete rijst en wijnpap
10 uur: Sang-ritueel (zuivering door vuur en rook). Hierbij worden wensen voor geluk, voorspoed en verzoening met de omgeving gereciteerd, gevolgd door het in de lucht gooien van witte bloem. Op dat ogenblik roepen alle deelnemers KI KI SO SO LHA GYAL LO: *"Mogen de goden die aan de zijde van de deugd staan de overwinning behalen".*



13 uur: Feestmaal
15 uur: Video's over Tibet, het boeddhisme,...
16 uur: Thee met Tibetaanse koekjes

Iedereen is welkom





Bijdrage:

- € 15 voor twee dagen (verblijf en maaltijden niet inbegrepen)
- € 5 voor zaterdag en € 10 voor zondag

zaterdag 9 tot zondag 10 maart 2002
NYOENG NEE (GRATIS)

Nyoeng Nee is een praktijk van vasten en stilte. Deze vastenpraktijk is verbonden met het aspect van Tchenrezig, de liefde en het mededogen van de boeddha's. We houden ons aan de geloften van ethisch gedrag die de eerste dag worden afgelegd: de geloften van sodjong. We eten niet meer na het middagmaal en vermijden overbodig gepraat. De tweede dag leggen we dezelfde geloften af en verbinden ons er bovendien toe niet te eten, te drinken of te spreken tot 's anderendaags bij zonsopgang.
De deelnemers worden verzocht de avond voor het begin van de beoefening toe te komen omdat we vroeg in de ochtend aanvangen. Het is eveneens belangrijk dat iedereen blijft tot de ochtend van de derde dag.
Iedereen is welkom.

zaterdag 23 tot zondag 24 maart 2002
YOGA VOOR GEVORDERDEN, LAMA ZEUPA

Een intensieve cursus die zich richt tot diegenen die Tibetaanse yoga wensen te beoefenen. Naast het dagelijks programma van de rituelen worden twee sessies per dag voorzien.
Voor alle personen die reeds een yoga-weekend gevolgd hebben, is dit een uitstekende gelegenheid om tot beoefening over te gaan in plaats van te praten. Hierdoor kan men ervaring opdoen. Ook beginners zijn welkom, als ze onmiddellijk met een intensievere aanpak wensen kennis te maken. Het is noodzakelijk om op voorhand te reserveren omdat het aantal deelnemers beperkt is. De betaling van € 55 geldt als reservering. Gelieve op voorhand te telefoneren om te weten of er nog plaats vrij is. Bij annulering tot uiterlijk 14 dagen voor de cursus, wordt de helft van dit bedrag terugbetaald. Nadien is het gestorte bedrag niet meer terugvorderbaar.
Bijdrage: € 55,00 cursus, verblijf en maaltijden inbegrepen.

zaterdag 30 tot zondag 31 maart 2002
DE FILOSOFISCHE SCHOLEN VAN HET BOEDDHISME, LAMA ZEUPA



Lama stelt dit weekend voor aan de personen die kennis willen maken met de filosofie van het boeddhisme. Nu en dan zal een gelijkaardig weekend voorzien worden om geleidelijk alle filosofische scholen van het boeddhisme voor te stellen. Dit eerste weekend mag beschouwd worden als een initiatie in de boeddhistische filosofie. **Iedereen is welkom.**

Bijdrage: € 55,00 cursus, verblijf en maaltijden inbegrepen.

maandag 1 tot zondag 7 april 2002



POWA, LAMA ZEUPA

Intensieve retraite met uitleg over een diepzinnige beoefening.

Deze meditatie oefent de geest, zodat wij op het ogenblik van de dood onze geest richten naar de zuivere wereld van grote gelukzaligheid, Dewatchen.
Zij maakt deel uit van de vaardige en diepzinnige hulpmiddelen van het vajrayana.

Degene die haar met de juiste motivatie beoefent, kan deze methode op een eenvoudige en snelle wijze leren beheersen. Powa wordt vaak omschreven als 'de methode waardoor men de boeddhastaat kan realiseren zonder te mediteren'. Om doeltreffend te zijn moet deze praktijk, verbonden met Boeddha Amithabha, gebaseerd zijn op vertrouwen en beoefening. Een uitstekend middel om zich op de dood voor te bereiden.

Alle deelnemers worden wel verzocht de hele cursus residentieel mee te maken.

Bijdrage: € 210,00 cursus, verblijf en maaltijden inbegrepen.

zondag 14 april 2002



KORTE PRAKTIJK VAN DE BOEDDHA, LAMA KARTA

Aangezien wij steeds verwijzen naar Boeddha Shakyamoeni, is het nuttig de band te verstevigen met de Boeddha van onze tijd, hij die ons de weg naar de bevrijding getoond heeft en een onvoorstelbare rijkdom aan raadgevingen op alle niveaus heeft nagelaten. Lama Karta zal ons een eenvoudige en makkelijk toe te passen praktijk aanleren.

Zij die Boeddha Shakyamoeni als een bron van zegeningen en wijsheid beschouwen, raden wij ten zeerste aan met deze korte beoefening kennis te maken. De tekst is bechikbaar in het Nederlands: *'Een schat aan zegeningen, meditatie van Boeddha Shakyamoeni'.*

Iedereen is welkom.

Bijdrage: € 20,00 cursus en middagmaal inbegrepen.

zaterdag 20 april 2002

INLEIDING TOT HET BOEDDHISME, LAMA KARTA

Kennismaking met het boeddhisme

Aan bod komt: Het leven van Boeddha, *Waarover heeft de Boeddha vooral gesproken?, De krachtlijnen van de geschiedenis en de filosofie* en *Waarom en hoe mediteren?*

Lama zal een overzicht geven van de geschiedenis en de ethische en filosofische achtergrond van het boeddhisme. De voordracht wordt gevolgd door een vraag- en antwoordsessie.
Een uitstekende gelegenheid om een globale kijk te krijgen op de krachtlijnen van het boeddhisme.

Bijdrage: € 20,00 cursus en middagmaal inbegrepen.



zondag 21 april 2002

MEDITEREN, HOE EN WAAROM?, LAMA KARTA

Meditatie is een methode om de geest tot rust te brengen en te stabiliseren. Door de meditatie bereikt men soepelheid van de geest. De tekenen daarvan zijn blijheid, helderheid en het verdwijnen van lichamelijke en geestelijke starheid. De concentratie leidt ons naar diepgaande inzichten i.v.m. de natuur van de geest. Waar wij ons ook dagelijks mee bezighouden, iedereen is erbij gebaat als er vanuit een zekere gemoedsrust wordt gehandeld. Het kunnen mediteren is niet voorbehouden aan de mystici of aan ver ontwikkelde spirituele mensen...

Iedereen mag en kan mediteren. Om 10 uur 30 begint de presentatie van de verschillende meditatietechniekenen om 14 uur de gezamenlijke beoefening met geleide meditaties.

Bijdrage: € 20,00 cursus en middagmaal inbegrepen

Mei 2002

donderdag 9 tot zondag 12 mei 2002

RAADGEVINGEN VAN GROTE MEESTERS VOOR HET DAGELIJKS LEVEN

De jaarlijkse grote cursus met Lama Karta

zaterdag 18 en zondag 19 mei 2002 : SHINEE VOOR BEGINNERS

HET PROGRAMMA IN HUY

Juni 2002

zaterdag 1 en zondag 2 juni 2002: YOGA VOOR BEGINNERS, LAMA ZEUPA

Reservering: zie cursus in maart.

zaterdag 8 en zondag 9 juni 2002: SHINEE VOOR GEVORDERDEN, LAMA TASHI NYIMA

vrijdag 28 tot zondag 30 juni 2002: KARLING SHIDRO

zaterdag 29 juni 2002: HET BELANG VAN NGEUNDRO, OM 20U

HET PROGRAMMA IN HUY

Juli 2002

maandag 1 tot vrijdag 5 juli 2002: DE NEERBUIGINGEN

maandag 8 tot vrijdag 12 juli 2002:DORJEE SEMPA

donderdag 11 tot zondag 14 juli 2002: MILAREPA, 3 GEZANGEN

maandag 15 tot vrijdag 19 juli 2002: OFFERGAVE VAN DE MANDALA

maandag 22 tot vrijdag 26 juli 2002: GOEROE YOGA

Deelname: € 5 voor het onderricht. Voor de praktijk wordt geen bijdrage gevraagd. Voor het verblijf gelden de gebruikelijke tarieven.

HET PROGRAMMA IN HUY

Augustus 2002

donderdag 1 tot maandag 5 augustus 2002: ZOMERRETRAITE, LAMA TASHI NYIMA

woensdag 7 tot zondag 11 augustus 2002: YOGA, LAMA ZEUPA

donderdag 15 tot zondag 18 augustus 2002: LODJONG, TRAINING VAN DE GEEST

vrijdag 23 tot zondag 25 augustus 2002: TCHEUD, MET DE DRIE LAMA'S

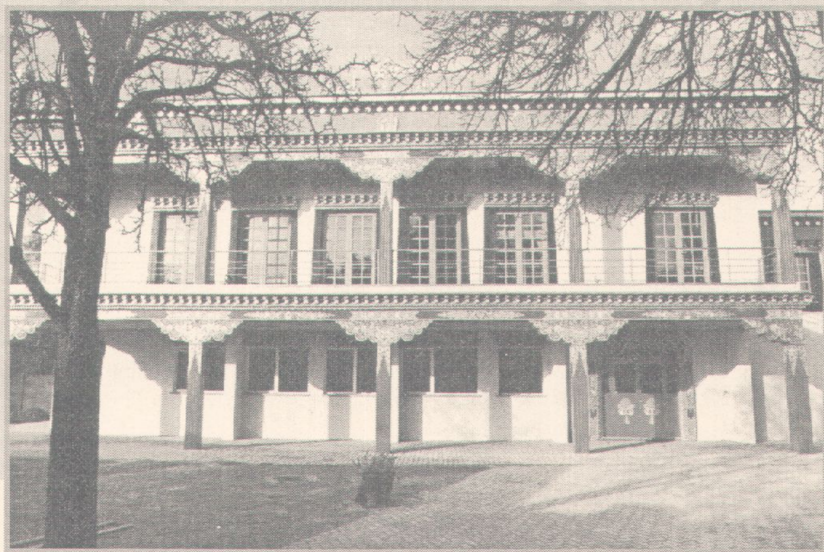
Deelname in de kosten

De prijzen die gelden bieden iedereen de mogelijkheid om deel te nemen:

- **Cursusbijdrage:** € 10,- (403,- Bef) per dag, tenzij anders vermeld
- **Verblijf:** € 21,- (847 Bef,-) per dag (logement + drie maaltijden)
- **Verwarmingskosten:** een supplement van € 2,50,- (101,- Bef) per dag

Voor sommige cursussen is een globale prijs bepaald. Die vindt u bij de beschrijving van de cursus zelf. De betaling kan ter plaatse gebeuren.

Het instituut Karma Sonam Gyamtso Ling in Schoten



De activiteiten op donderdagavond (behalve tijdens de schoolvakanties) blijven ook in Schoten doorlopen. Met een zekere regelmaat worden eveneens dagprogramma's aangeboden. Nieuw is zeker de maandelijkse sessie rond Gampopa, de auteur van 'Het juweel van de bevrijding'. *Al wie deze avonden - al was het maar af en toe - kan volgen, krijgt een degelijk inzicht in zeer belangrijke thema's van het boeddhisme*

HET PROGRAMMA IN SCHOTEN — Januari 2002

donderdag 10 januari om 20u

EDELMOEDIGHEID

Een van de zes transcendente deugden.
Hoe en waarom beoefent iemand edelmoedigheid?

vrijdag 11 januari 2002 om 20u

PRESENTATIE VAN DE GROTE LERAAR GAMPOPA

Deze voordrachten zijn bedoeld om systematisch het bekende werk van Gampopa door te nemen en zo een volledig overzicht te krijgen van de verschillende stadia op de weg naar de verlichting.

- van 20u tot 21u: voordracht waarop iedereen welkom is.
- van 21u tot 22u: een sessie voor wie de basistekst in het Tibetaans wil studeren.

Iedereen is welkom.

donderdag 17 januari om 20u

MEDITATIE VAN TCHENREZIG

Iedereen is welkom op deze meditatie, die we elke week doen, ook al is het voor de eerste keer of om eens te ervaren hoe zo'n avond verloopt.

maandag 21 januari

STILLE MEDITATIE

donderdag 24 januari om 20u

GEDULD

Verklaringen over de kracht van deze deugd. Is geduld nog van deze tijd?

zaterdag 26 januari van 10u30 tot 16u

HOE DE GEEST TOT RUST BRENGEN?

Een dagprogramma voor al wie kennis wil maken met meditatie. Er zal gesproken worden over vaardige methodes om de drukte in de geest te doen afnemen. Ze vormen de beste manier om helder inzicht en wijsheid

te bevorderen. Om 10u30: uiteenzetting over de manier waarop je wat rust in de geest brengt en om 14u: praktische oefeningen onder leiding van Lama. Een goede gelegenheid om direct wat ervaring op te doen tijdens geleide meditaties in groep. Ook mensen die kennis en praktijk nogmaals willen opfrissen zijn welkom.

Vooraf inschrijven is noodzakelijk!

donderdag 31 januari om 20u
MEDITATIE VAN TCHENREZIG

HET PROGRAMMA IN SCHOTEN februari 2002

dinsdag 5 februari om 20u
GAMPOPA

De verlichte natuur. Het boeddhistische antwoord op de vraag wat mensen aanzet tot spiritualiteit en waarom we allen de verlichting kunnen bereiken.

donderdag 7 februari om 20u
MOED EN ENTHOUSIASME IN DE SPIRITUELE PRAKTIJK

Waarom bestaan deze kwaliteiten precies en wat is het voordeel van op die manier te werk te gaan?

donderdag 21 februari om 20u
MEDITATIE VAN TCHENREZIG

Nadien wordt een receptie aangeboden ter gelegenheid van het Tibetaans Nieuwjaar!

donderdag 28 februari om 20u
NAASTENLIEFDE EN MEDEDOGEN

Een boeddhistische definitie van deze goede gewoonte.

HET PROGRAMMA IN SCHOTEN Maart 2002

donderdag 7 maart om 20u
DE WEGEN DIE LEIDEN NAAR DE VERLICHTING (1)

vrijdag 8 maart
GAMPOPA (ONDERRICHT EN TEKSTSTUDIE)

donderdag 14 maart om 20u
MEDITATIE VAN TCHENREZIG

donderdag 21 maart om 20u
DE WEGEN DIE LEIDEN NAAR DE VERLICHTING (2)

donderdag 28 maart om 20u
VOLLE MAAN RITUEEL!

HET PROGRAMMA IN SCHOTEN — April 2002

donderdag 18 april om 20u
MEDITATIE VAN TCHENREZIG

donderdag 25 april om 20u
WIJSHEID EN HET NIET-ZELF

HET PROGRAMMA IN SCHOTEN — Mei 2002

donderdag 2 mei om 20u
MEDITATIE VAN TCHENREZIG

zondag 5 mei om 15u
GELEID BEZOEK

donderdag 16 mei om 20u
MEDITATIE VAN TCHENREZIG

donderdag 23 mei om 20u
HET BOEDDHISME, EEN FILOSOFIE OF EEN RELIGIE ?

donderdag 30 mei om 20u
GAMPOPA, (ONDERRICHT EN TEKSTSTUDIE)

Bijdragen

- Voordracht op donderdagavond: € 4,00 (leden € 2,50)
- Dagprogramma: € 20,00 (maaltijd en cursusgeld inbegrepen)

Het instituut Nalanda in Brussel



Een prinselijk bezoek aan het Nalanda instituut!

De opening van het Nalanda instituut op woensdag 7 november was een buitengewoon evenement.

Gedurende anderhalf jaar hadden allerlei ondernemingen en vele sympathisanten intensief doorgewerkt. De personen die het onderricht kwamen volgen zagen de werkzaamheden gestadig vorderen, maar niemand had zich kunnen voorstellen dat alles op die avond toch klaar zou zijn.



En nochtans... op 7 november 2001 ontving een splinternieuw boeddhistisch instituut het publiek en de personaliteiten die bij die gelegenheid waren uitgenodigd.

Om en bij de vierhonderd personen overschreden die avond de drempel om de toespraak van Lama Karta te beluisteren: "Wij zijn gelukkig u allen hier vanavond te kunnen begroeten. De Lama's en al de personen die zich ingezet hebben voor de voorbereiding van deze avond danken u en bieden u hun beste wensen aan. Ons instituut in Brussel, dat al een tiental jaren bestaat werd vergroot! Het is niet de bedoeling in competitie te treden en evenmin om handel te drijven.





Het is gebleken dat niet iedereen naar Huy kan komen en dat vele mensen dachten dat het zinvol zou zijn een centrum in Brussel te hebben om aan een aantal geïnteresseerden toe te laten het boeddhisme te leren kennen en het onderricht te volgen. Dat is de reden van het bestaan van dit instituut.

Zoals u het zich wel kunt voorstellen liggen de zaken niet zo eenvoudig. Je zou kunnen denken: je wilt iets realiseren, je koopt een huis en dan ga je maar van start. Een eerste vraag die zich echter al opdringt is: 'Waar komt het geld vandaan?'. Ik hou mij niet zelf bezig met de financiële kant van de zaak. Dat is de taak van de secretaris en de penningmeester. Maar in het kort ging het zo: wij hebben het appartement waar vroeger het onderricht gegeven werd verkocht en een fikse lening bij de bank afgesloten, die we met maandelijkse afbetalingen zullen afbetalen. 'Wie staat borg voor deze maandelijkse aflossingen? Heeft u sponsors?' Het antwoord is: wij allen samen. Iedere inschrijving voor een cursus, iedere euro die hetzij toevallig, of, indien u het zo heeft gewild,

doelbewust in de offerblok valt, draagt bij tot het welslagen van onze opzet. Belangrijk is dat op deze manier de mensen die wensen te studeren, te oefenen of te mediteren, naar het Nalanda instituut kunnen komen en dat de dharma in de praktijk kan worden gezet. Wij bieden u een programma aan dat in de eerste plaats onder leiding zal staan van de Lama's van Yeunten Ling, maar wij hebben tegelijkertijd ook het project om een aantal eminente meesters uit andere boeddhistische tradities uit te nodigen.



Onze dank gaat vanavond ook uit naar al de personen die deelgenomen hebben aan de werkzaamheden en dankzij wie deze inhuldiging kon plaatsgrijpen." Ziedaar de woorden van Lama Karta. Na zijn uiteenzetting kon iedereen deelnemen aan de poedja van Mahakala.

Twee bevriende restaurants hadden voorgesteld om aansluitend daarop een receptie te verzorgen.

Tot grote vreugde van de verantwoordelijken van Nalanda, kwamen zelfs enkele dagen voor de officiële opening nog vele antwoorden op de uitnodigingen van politici, ambassades en eminente Belgische families.



Maar in de stad Brussel liep alles in het honderd: door een manifestatie waren alle toegangswegen geblokkeerd. Hoge personaliteiten zoals de Heer Herman De Croo, voorzitter van de Kamer van Volksvertegenwoordigers, of de Heer Mark Eyskens, oud eerste minister en minister van staat, hebben ons niet kunnen vervoegen hoewel zij de wens uitgedrukt hadden in ons midden te vertoeven. Groot was onze vreugde bij de vaststelling dat, niettegenstaande deze obstakels, de Koninklijke Familie - en dit voor de eerste maal, - een pas in de richting van contact met het boeddhisme heeft gezet. Inderdaad, Zijne Koninklijke Hoogheid, prins Laurent, heeft met zijn aanwezigheid aan de opening van het Nalanda Instituut veel luister bijgezet. Hij heeft zich lange tijd met de aanwezigen onderhouden. Iedereen was aangenaam verrast te merken met welke vastberadenheid en helderheid de prins voor de media uitgedrukt heeft dat hij de boeddhistische waarden van geweldloosheid en eerbied voor het leven waardeerde.

Wij mogen zeker besluiten dat Nalanda voorbestemd is om een eerste klas rol te spelen in het cultureel en spiritueel leven van het land.

De verantwoordelijken van het instituut drukken hierbij de wens uit dat alle toekomstige activiteiten mogen bijdragen tot het welzijn van alle levende wezens.

Januari 2002

zaterdag 5 tot zondag 6 **Tibetaanse taal**
maandag 7 **Gampopa**
dinsdag 8 **Stille meditatie**
woensdag 9 **Edelmoedigheid**
woensdag 23 **Geduld**
zondag 27 **Mediteren: hoe en waarom?**

februari 2002

maandag 4 **Gampopa**
woensdag 6 **Moed en enthousiasme in de spirituele voortgang**
woensdag 20 **Meditatie van Tchenrezig, gevolgd door Nieuwjaarsreceptie**
vrijdag 22 **Uitzonderlijk bezoek van de Japanse meester Hozumi**

Hozumi Gensho Roshi (Kyoto), Zen en de moderne wereld, 20u



Hij is leerling van Yamada Mumon en Hisamatsu Shinich. Professor in de toegepaste wetenschappen (zen praktijk) aan de Hanazono universiteit en vice-directeur van het departement religies. Gedurende meer dan 15 jaar animeert hij sesshins in Europa en is hij verantwoordelijk voor de uitwisseling tussen boeddhistische en christelijke monniken. Hij leidt het *Kyoto International Zen Center* dat openstaat voor Europeanen en Japanners.

woensdag 27 **Altruïsme**

Maart 2002

zondag 3 **Verschillende methodes om te mediteren, dagprogramma**
maandag 4 **Gampopa**
woensdag 6 en woensdag 20 **De wegen die leiden naar de verlichting**

April 2002

woensdag 24 **Wijsheid en het niet-zelf**

Mei 2002

zaterdag 4 **Geleid bezoek**
woensdag 22 **Het boeddhisme: een filosofie of een religie?**
zaterdag 25 **Lodjong, dagprogramma**
woensdag 29 **Gampopa**

Voordrachten in Amsterdam

In centrum De Roos (P.C. Hooftstraat), telkens in de aula (004).

15 maart 2002

EMOTIES EN HUN TRANSFORMATIE

Zijn emoties en de wijze waarop wij er meestal mee omgaan echt gezond? In boeddhistische teksten spreekt men soms van 'vergiften'. Waarom? Moet men emoties bestrijden of ze gebruiken als hulpmiddel op de weg naar verlichting? Op welke verschillende manieren kunnen we ons ervan bevrijden als ze storend werken? Welke hindernissen komen we daarbij tegen? Door de ware natuur van onze emoties te herkennen, creëren we ruimte en inzicht, en ervaren we onze emoties als het begin van wijsheid.

17 mei 2002

LIEFDE EN MEDEDOGEN

Liefde is de diepe wens om anderen gelukkig te maken en mededogen het streven om het lijden van anderen te verzachten. Onwetendheid, gehechtheid aan het ego en storende emoties vormen de belangrijkste hindernissen voor de spontane uiting van liefde en mededogen.

Gedachten, woorden en handelingen gebaseerd op liefde en mededogen leiden tot goede handelingen, positief karma en de opstapeling van verdiensten. Deze kwaliteiten zijn nodig om de natuur van de geest te kunnen ervaren.

14 juni 2002

BODHICITTA

Bodhicitta betekent letterlijk 'geest van verlichting', een houding gericht op het welzijn van anderen. Door bewustwording van het lijden van mens en dier, ontwikkelen we liefde en mededogen.

Het absolute aspect van bodhicitta is de realisatie van de zuivere natuur van de geest. Het relatieve aspect is de wens en het engagement om verlichting te bereiken voor het welzijn van alle levende wezens.

Het beoefenen van bodhicitta is een noodzakelijke voorwaarde op weg naar verlichting.

Aanvullende informatie

De lezingen vinden plaats op vrijdagavonden, telkens van 20.15 tot 22.00 uur. De toegangsprijs bedraagt Hfl 15,-. Aan het einde van de lezing kan men vragen stellen. Daarna is er gelegenheid om bij een kopje thee nog even na te praten in het Theehuis.

Contact persoon voor inlichtingen:

Herman Waumans, tel. 035 642 0370 (na 19u).

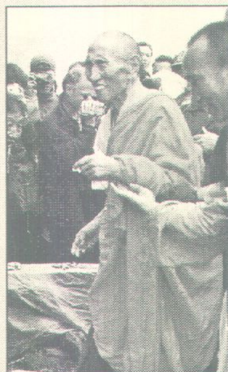
Een reisverhaal: ...

Tibet, Juli 2001

Onze reis naar Tibet is voorbij, er blijven gemengde gevoelens over. Ik heb enkele sterke momenten beleefd en was zeer gelukkig kennis te maken met de familie van Lama Karta, die ons op een onvergetelijke wijze ontvangen heeft. Wij hadden het genoegen enkele dagen bij hen door te brengen samen met één van zijn nichtjes, een vrolijk, slank meisje van vijftien jaar, dat er in slaagde ons haar levensvreugde over te maken zonder dat zij één woord van onze taal sprak. Ik herinner mij in het bijzonder een moment dat mij tot tranen toe heeft



bewogen: het gezang van de jonge nonnen, op een avond in de tempel van hetzelfde klooster als antwoord op onze poedja. Hun diepe stemmen, hun vrome toewijding, de overtuiging en de vreugde ondanks de immense droefheid omwille van het verlies van dertien onder hen, die tien dagen voordien de dood hadden gevonden in een grondverschuiving. Dit alles overtuigde mij eens te meer van de kracht van de dharma en vervulde mijn hart met hoop voor Tibet.
Daarbij hadden dan nog het immense



geluk aanwezig te zijn bij de aankomst van Sangyee Rinpochee, de grootmeester, die er in geslaagd is dit klooster te doen herleven nadat hij 21 jaar lang geleden had in Chinese gevangenissen. Wij hadden niet enkel het voorrecht zijn zegen te ontvangen, maar kregen ook 's avonds nog een privé onderricht. Hoe groot was mijn verwondering toen ik de ondefinieerbare kracht en het immense mededogen van die tachtigjarige oude man voelde. Hij was op dit late avonduur compleet ongevoelig voor vermoeidheid. Wat een voorbeeld voor ieder van ons! (...) Nochtans bleven te veel woorden onuitgesproken: Dalai Lama, Drapchi, marteling, vrijheid, genocide, opstand der monniken in 1987 en 1989, Olympische Spelen van 2008 in Peking...

Marie-Hélène Tinois

Reisjournaal...

Peking - Lanzhoe

Op het ogenblik dat wij naar Peking vertrekken bereikt ons een triest bericht: de Taliban hebben in Afghanistan de grote standbeelden van de Boeddha in Bamiyan opgeblazen. Dit mahayana heiligdom, dat tussen de vierde en de zevende eeuw werd opgericht, strekte zich uit over een

oppervlakte van meer dan twee kilometer en werd sinds de twaalfde eeuw, na de verovering van deze plaats door de Islam, door de boeddhisten verlaten. Voor sommigen betekende het slechts rotsen, voor anderen betekende het de uiting van 'anders zijn'. Voor nog anderen betekent het echter een onherstelbaar verlies voor het cultureel patrimonium van de mensheid.

Wij maken kennis met één van onze gidsen, Steed, die ons op het moeilijkste gedeelte van onze reis, door Amdo, Kham en een gedeelte van U Tsang, naar Lhassa zal begeleiden.

Wij hebben per jeep ongeveer een afstand van 4000 kilometer afgelegd, op barre, slechte, gevaarlijke of onbestaande wegen, die ons langs onwaarschijnlijk mooie landstreken leidden.



Vertrek per jeep naar Xiahe

Wij verlaten Lanzhoe en zoeken onze weg doorheen opstoppingen, hels getoeter, uitlaatgassen en nieuwsgierige blikken.

Het dorpje waar de familie van Yang Van Tso woont heet 'Sarkarkar'. Dit betekent: 'Plaats van de witte aarde'. Maar het is echter zomer. Alles is perfect groen! Wij veronderstellen dat de aarde wit wordt onder invloed van de lange winter die zeker in dit deel van Tibet, vlakbij de grens met China moet heersen.

De familie van Yang Van Tso heeft een aantal tenten opgericht op een plateau dat zich op ongeveer 50 meter boven hun woonplaats bevindt. Wij worden ontvangen door een dertigtal mensen die ons katags aanbieden en ons uitnodigen plaats te nemen onder de Tibetaanse tenten. Er wordt een heus feestmaal opgediend. Het bestaat uit momo's, gesuikerde rijst en een zeer fijn soort worteltjes met kastanjesmaak, gebakken yagvlees, pun sha, noedelsoep, verse yakmelk... alles is heerlijk!

Het klooster van Labrang

In de loop van de namiddag staan we voor de poorten van het klooster van Labrang. De gebouwen bevinden zich in een grote vallei op ongeveer 3000 meter hoogte. Wij bezoeken de immense en sombere tempel waarin we prachtige fresco's en grote gebedsvlaggen ontdekken. Wij maken neerbuigingen voor het beeld van Boeddha Shakyamoeni, Tsong Khapa en Boeddha Maitreya en voor de foto's van de Dalai Lama en de Panchen Lama. Ja, de monniken van het klooster van Labrang hebben de toelating gekregen 'uit eerbied voor de geschiedenis van Tibet' om de foto van de Dalai Lama in een kapel van het klooster te plaatsen.

Het klooster van Labrang heeft door

de uiting van dit eenvoudige teken van zijn kracht en zijn vastberadenheid een grote indruk op ons gemaakt. Niettegenstaande deze moeilijke tijden gaan de heropbouw van het klooster, het bewaren van het patrimonium en de authenticiteit van de praktijk en de studie van de dharma onophoudelijk verder.

Op het uur van het gebed, rond 19 uur, zien we talrijke lama's die zich naar de hooggelegen site begeven, en daar buiten, gewikkeld in hun lange gebedsmantels op de grond plaatsnemen. Vlakbij worden grote gebedsmolens, die in 1983 dankzij de inspanningen en de solidariteit van de nabije dorpen gerestaureerd werden, door de leken rondgedraaid. Deze molens volgen elkaar over een afstand van meer dan anderhalve kilometer op! De plaats straalt soberheid, studie, praktijk en solidariteit uit. Indrukwekkend!

Dit klooster, dat voor de culturele revolutie 3000 monniken herbergde, wordt nu nog door 1400 van hen bewoond. Wanneer wij echter één van hen ondervragen vertelt hij ons dat het er echter maar 800 meer zijn.

Het Labrang klooster, dat tot de afstammingslijn der Jamyang tulkoes en de geloegpa school behoort, werd in 1709 met de steun van een Mongoolse prins door Jamyang Chepa gesticht. De laatste abt, de vijfde Jamyang, is gestorven in 1947, zonder dat er tot vandaag een opvolger werd geïdentificeerd.

Het klooster, dat steeds verder uitgebreid wordt, beslaat vandaag een oppervlakte van meer dan 87 hectare.

Route naar Xining

Wij trekken doorheen landschappen van grandioze schoonheid.

Wij hebben de indruk dat het klooster van Koemboem, het heiligdom gewijd aan de 7de Dalai Lama, uitermate toeristisch geëxploiteerd wordt. Er worden talrijke groepen rondgeleid door Chinese gidsen, die elk hun eigen versie van de geschiedenis van Tibet uitkramen. De toeristen drummen rond de rijkdommen die zich in de verschillende heiligdommen, waarvan vele gerestaureerd worden, bevinden. In een der zalen vinden we sculpturen uit geklaarde boter die het leven van de Panchen Lama uitbeelden. Elk jaar worden deze sculpturen ter gelegenheid van Losar opnieuw gemaakt. Samen met ons bezoekt een Mongools notabel met zijn gevolg de plaats en buigt respectvol neer voor de verschillende uitbeeldingen van de boeddha's en de bodhisattva's. Een Chinese gids vertelt zijn groep hoe neerbuigingen worden uitgevoerd en een aantal onder hen probeert hem te imiteren. *(het vervolg van dit reisverslag ligt ter inzage in Yeunten Ling)*

Besluit

Wij zijn van Peking naar Lhassa, Shigatse en Samyee getrokken en we hebben de Jowo aangeraakt en de sporen van Padmasambhava en Atisha gevolgd. Gedurende eeuwen hebben zij van hun land een schrijn gemaakt waarin zij de Tengyoer en de Kanyoer geplaatst hebben en op vreedzame en geduldige wijze het boeddhisme geïntroduceerd. Ook

vandaag nog murmelen de prachtige natuur, de tempels, de stoepa's de gebedsvlaggen op de bergpassen, de mantra OM MANI PEME HOENG, die we ook waarnemen in de glimlach en de geesteskracht van de bewoners. Maar hoe lang nog? Zal het land kunnen weerstaan aan de druk van een antireligieuze beschaving die zich steeds meer en meer in Tibet manifesteert? Wat zal er overblijven van deze regio en zijn bewoners wanneer zij dagelijks door enkele duizenden Hans zullen worden overspoeld die dagelijks de TGV van Peking naar Lhassa zullen nemen die binnen tien jaar operationeel moet zijn?

Philippine van Zuylen



(...) Ik maak drie reizen, een innerlijke reis, een reis in de tijd en een reis in een groep...
(...) En dan naar de tempel van Labuleng... fantastisch, ongeloof-lijk om opeens daar te staan in die wereld, in die ruimte met zuilen, kleuren, kussens, een onbeschrijfelijke sfeer, schitterende beelden, monniken, oude Tibetanen die langs een wand vol gebedsmolens lopen...

Charlotte Puyk

'De tocht naar de top is zwaar'. Hoeveel waarheid ligt er niet verscholen in de wijsheid van dit spreekwoord? Toch een beetje een hachelijke onderneming, de steile rotswand zet ons doorzettingsvermogen op uiterst alert. En hier zitten we dan, bijna op het topje van de 'Holy mountain', twee kleine mensjes, een beetje zuurstofhappend, want de lucht is ijl..., overweldigd door de intensiteit van het moment. Een wirwar aan emoties... afscheid van een groots land, van unieke momenten, van nooit te vergeten indrukken.
Ver beneden ons ontplooit zich Lhasa in miniatuur. De Bhramapoetra ligt stil met af en roe een flitsende zonnestraal... we hebben geen verrekijker, dus alle leven is verschrompeld tot onzichtbare deeltjes. We lijken wel misplaatste reuzinnen in deze oneindige groots- of kleinheid van het landschap... en toch stroomt diep onder ons het leven van het Tibetaanse volk... We voelen het in de Bhramapoetra, die nooit aflatend vruchtbaarheid en nieuw leven met zich brengt. Het doet ons denken aan de duizenden beelden die we als kostbare herinneringen in ons meedragen, voorlopig nog als een te snelle diashow, te groots om te bevatten ...
In mijn achterhoofd klinkt reeds de zevende symfonie van Beethoven. Ik blijf immers een westers vrouwtje, maar wel eentje dat altijd zal gekleurd blijven door een diep vrijheidsverlangen voor het Tibetaanse volk...
Tibet, dit is geen afscheid, maar een tot weerziens...

Clara Laureys



Tibet, mystiek land en volk van mijn zoekende geest, verheven in onmetelijk natuurschoon.
Talloze gedachten maakten deel van mijn verlangen je te leren kennen.
Intense gedachten en emoties doorkruisen elkaar en ik sta vol bewondering voor een volk, zijn geloof, zijn hoop en zijn kracht.
Hoog op de 'Holy mountain' te Lhasa konden we de ogen sluiten en in de stilte van de omgeving onze verbeelding een 55 jaar terugdraaien en trachten het Lhasa van Heinrich Harrer even af te tasten met al onze zintuigen.
Een eeuwig...moment!
In de ijle lucht van dit hoogteplateau van Tibet vond ik mijn 'mens' terug, en mijn leermeester.

Gilberte Bonne

De lift in het hotel in Lhasa

We logeren op de 2de verdieping, maar voor de Chinezen is dat floor no 3. als je echter in de lift op 3 duwt, kom je op 4. De praktijk leert dat als je daarna op 2 duwt, je automatisch op 3 komt (?). Chinese logica.
Vraag aan Lia: 'Wat is dat?'
Lia: 'Dat is mijn walkman en daar maak ik stiekem foto's mee!' (in de tempels waar dat eigenlijk niet mag)

Etienne

Gisteren waren we met de jeep onderweg, toen de ruitenwisser van de passagier afbrak. Nou ja. Dat was niet zo erg. Maar even later liet ook de ruitenwisser van de chauffeur het afweten. Dat was wel wat anders. Na enkele herstellingspogingen kwam de chauffeur van jeep 10 met het idee om twee kata's aan de ruitenwisser te binden en door de zijruiten naar binnen te leiden. Vanaf binnen werd zo de ruitenwisser bediend door twee passagiers. Degene die vooraan zat trok eerst, daarna de passagier die achter de chauffeur zat. Het was alsof we een grote zaag elk om beurt op en neer trokken. Monique zong er zelfs een ritmisch liedje bij van: 'Twee emmertjes water halen...'

Teundroeb

Het is te mooi...

Er bestaat een gebaar dat ik voordien niet kende: talrijke, vooral oudere Tibetanen die wanneer ze ons opmerkten, de beide handen met de handpalmen naar boven gericht openden en ze verscheidene malen naar hun borst brachten, terwijl ze glimlachten, niet enkel met de mond, maar ook met de ogen, het gelaat en het ganse lichaam. 'Moge alles met u goed zijn'. Dit teken van onthaal en uiterste vriendelijkheid voor ons, vreemden die zij nadien nooit meer zullen tegenkomen, is iets wat mij tot in het diepste van mijn hart beroerd heeft.(...)
Ik had mij nooit een voorstelling kun-

nen maken van de grootsheid van het landschap, met bergketens die zich langsheen de rivier naar alle zijden uitstrekken, als openen zij zich naar de oneindigheid van de ruimte...(...)
En de hemel, open, lichtend, immens en stralend met zijn heldere wolkenpartijen bij zonsondergang...Deze zich steeds herhalende wonderlijke pracht heeft de volgende gedachten opgeroepen: 'Het is niet echt, het is te mooi, te prachtig om op deze aarde te bestaan.' Het is op dat ogenblik dat mijn hart, ontroerd door zoveel schoonheid, een beetje beter de betekenis van het woord Lhasa, 'Land der Goden' heeft begrepen.



Ghislaine Craenhals

De blik van de kinderen

Ik heb Tibet gezien in de blikken van zijn kinderen. Kleine meisjes van Amdo, die we tegenkwamen aan de rand van het Kokonor meer, gekleed in rode, groene, gele kleren, getooid met juwelen in turkoois en amber, een lam dragend in hun armpjes, of een kip voorttrekkend aan een touwtje. Zij wachten op een fotograaf die in ruil voor een klein geschenkje of enkele stuivers een kiekje wil nemen. Lachende kinderen die ons aan de kant van de weg schalks en nieuwsgierig bekijken. De kleine monnik die we tegenkwamen in de tempel van het klooster van Gunxie, khampakledij, zijn poesjes en het houtkacheltje dat hij moest bewaken. Heel ernstig hield hij het vuur brandend terwijl de lama het ritueel van Mahakala uitvoerde. De tijd stond even stil op een ochtend in juli, daar hoog in de Kham regio.
Kinderen spelen in Shigatse: gelach en geravot op het stofferige pleintje voor de tapijtweverij waar hun moeders Tibetaanse tapijten weven, tegen het einde van deze zachte en warme dag in de stad van de panchen lama's, Tashilunpo.
Kinderen van Lhassa. Onbezorgde en gelukkige kinderen van de Jokhang, lopend en spelend op de gladde stenen van de Nangkor. Daar drinken zij hun thee, en ontsteken met wierookstokjes de honderden boterlampjes die voor de ingang van de Jowo schitteren. De geur van de boterlampjes, wierook en kruiden, licht en schaduw getuigen van het eeuwige mysterie. De vrome toewijding van de honderden bedevaarders die brandende boterlampjes dragen, gebedsmolens laten draaien, gebeden prevelen en



hun mala aftellen, gedreven door de kracht van hun geloof op de tijdloze weg van de omgang rond de Jowo.

Mercédes Zamora en Alexandre



In het intieme hart ...

De kloosters kunnen gedeserteerd zijn en de beelden vernield...
De wegen omgebouwd tot brede lanen en de woningen tot imposante huizenblokken... De namen kunnen gewijzigd zijn en de taal vervaagd...
Niets kan echter deze levendige, lichtende vlam doven,
Het essentieel juweel dat zich in het intieme hart van het wezen bevindt (...) Het geritsel van de wind is als het huiveren van de intieme stilte... De mantra's die wij zongen in het klooster van Gunxie. In samengaan met het gezang van de Tibetaanse monniken en nonnen... Beroering van de liefde...

Brigitte Van Minnenbruggen



Initiatieven, nieuwe afspraken en ander nieuws

1 Reeds enkele jaren wordt voor **de geleide bezoeken in Schoten** een bijdrage van 100 Bef (€ 2,50) gevraagd. Vanaf heden zullen de geleide bezoeken in het instituut Yeunten Ling in Huy en Nalanda in Brussel vanaf 1 januari 2002. Kinderen tot 12 jaar betalen niet. In deze prijs is zowel de rondleiding als thee/koffie en koekjes na het bezoek voorzien. De rondleidingen starten als voorheen om 14 uur 30.

2 Tijdens **de ontmoeting met de Dalai Lama** in Straatsburg hebben enkele vertegenwoordigers van onze centra samen met Lama Karta en Lama Zeupa vernomen dat hij zeer gelukkig is met de evolutie van de dharma activiteiten in België. Verder nieuws daarover volgt later.

3 Wij herinneren **aan alle abonnees van Kunchab magazine** en aan alle leden dat het jaar 2001 ten einde loopt. Het lidmaatschap voor 2002 kan nu via het overschrijvingsformulier in bijlage of in contanten in één van onze centra vereffend worden Al wie de centra op deze wijze wil steunen is natuurlijk welkom. Wij danken nu reeds de personen die hun lidmaatschap voor 2002 reeds betaald hebben: zij hoeven dan met het bijgevoegde formulier geen rekening te houden!

4 **Afgelasten pelgrimstocht naar de Kailashberg**

Zoals jullie allen in de media hebben kunnen vaststellen gaat het er momenteel in de wereld en in het bijzonder in Azië niet al te best aan toe. Aangezien de recente ontwikkelingen in die regio toch aanleiding geven tot enige ongerustheid, hebben we na lang aarzelen besloten onze pelgrimstocht naar de Kailash tot een latere periode uit te stellen. Het is niet enkel de toestand in Afghanistan en Kashmir en de sluimerende dreiging van het terrorisme die ons tot deze beslissing hebben gedwongen, maar ook de onstabiele toestand in Nepal en Kathmandoe hebben daartoe bijgedragen.

Wij vragen uw begrip voor het feit dat het Tibetaans instituut de verantwoordelijkheid voor een groep van ongeveer veertig mensen niet kan dragen indien de fysieke veiligheid van iedereen niet ten volle gewaarborgd kan worden.

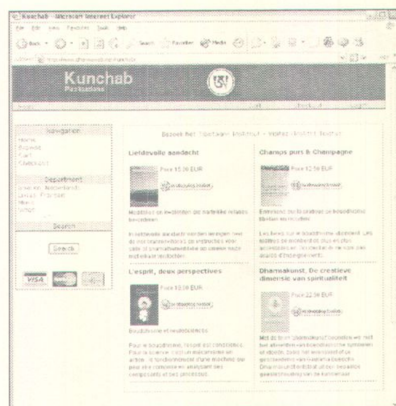
Wij hopen zoals iedereen dat de internationale toestand vlug zal opklaren en dat de antagonisten uiteindelijk de weg van de dialoog zullen opgaan om tot een eerlijke en wederzijds bevredigende oplossing van het conflict te komen.

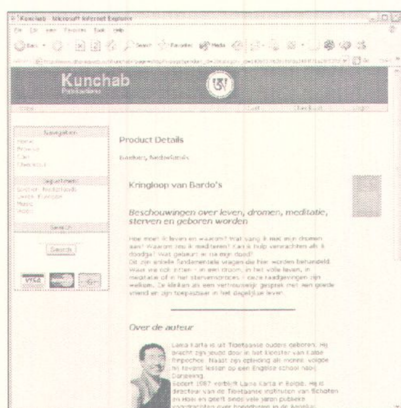
Mocht er in de toekomst toch een reis naar Tibet gepland worden, zullen wij niet nalaten u hierover in te lichten.

5

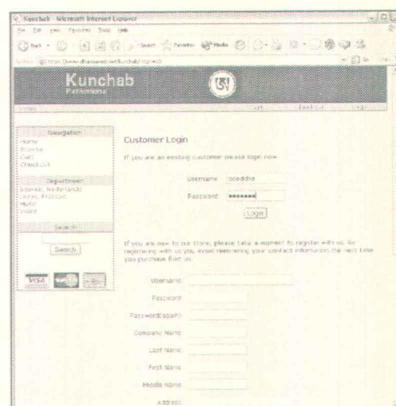
Kunchab e-shop

De kunchab e-shop heeft een nieuwe look gekregen. Onder deze nieuwe look schuilen ook enkele nieuwe mogelijkheden en verbeteringen. Zo kan u nu ook naast de traditionele manier van betaling via overschrijving of postcheque, on-line betalen via Visa, MasterCard of American Express.

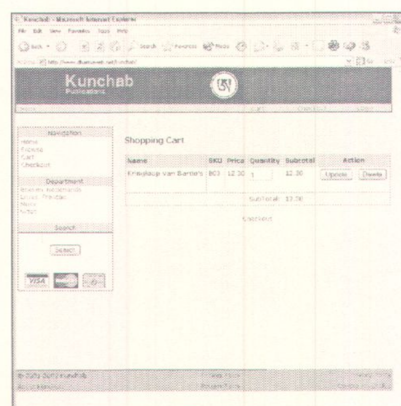




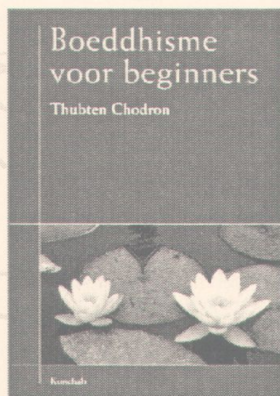
Op eenvoudige wijze kan u door de verschillende producten surfen en uitgebreide informatie opvragen. Ook is er de mogelijkheid om naar specifieke producten te zoeken via de 'search function'.



Gebruikers worden gevraagd om een account aan te maken, zodat ze bij hun volgende bezoek hun gegevens niet meer hoeven in te geven.



Bestellingen en on-line betalingen gebeuren via de laatste nieuwe encryptie-technologieën om zo uw privacy en veiligheid te garanderen.
U kan de e-shop alvast verkennen op **http://www.kunchab.org**



Boeddhisme voor beginners

Thubten Chödrön

Boeddhisme voor beginners omvat de meest fundamentele vragen en onderwerpen die opkomen bij de hedendaagse westerling, voor wie met deze traditie van praktische spiritualiteit kennis maakt.
Menselijkheid en een helder taalgebruik zijn de kenmerken van dit boek. Het geeft een beeld van de boeddhistische benadering van fundamentele kwesties en voorbeelden uit het dagelijks leven. Thubten Chödrön laat ons kennis maken met de grondbeginselen van het boeddhisme. Ze neemt ons bij de hand en leert ons hoe we vredigheid en opmerkzaamheid kunnen toepassen, zodat we een meer bevredigend leven kunnen leiden. Ze ontwart verwarringen en geeft ons inzicht in de belangrijkste aspecten van deze rijke spirituele traditie.

Dit boek is geschreven voor mensen die de boeddhistische principes willen begrijpen en willen weten hoe ze die in hun leven kunnen integreren... de lezers zullen er veel aan hebben.'

De Dalai Lama

Thubten Chödrön heeft het boeddhistische standpunt over essentiële kwesties aangaande spirituele ontwikkeling verwoord... een enorme bron van rijkdom voor mensen die belangstelling hebben voor de boeddhistische beoefening.

Karma Lekshe Tsomo, schrijfster en voorzitter van Sakyadhita, een internationaal genootschap van boeddhistische vrouwen.

Een boek dat van medemenselijkheid getuigt. Haar benadering is ondogmatisch en schenkt aandacht aan de eenheid die zo kenmerkend is voor het boeddhisme.

Ryo Imamura, Jodo Shinpriester en hoogleraar in de psychologie aan het Evergreen State College.

Haar duidelijke, correcte en overtuigende manier van schrijven verdient alle lof.

Eerw. Dr. Havanpola Ratanasara, Instituut voor boeddhistische studies in Los Angeles.

Al sinds 1975 heeft de in Amerika geboren Tibetaans-boeddhistische kloosterlinge Thubten Chödrön in India en Nepal het boeddhisme bestudeerd en beoefend. Ze was als leraar verbonden aan het Amitabha Buddhist Center in Singapore voordat ze haar huidige betrekking als leraar bij de Dharma Friendship Foundation in Seattle aanvaardde.
De eerwaarde Chödrön, die over de hele wereld reist om meditatieretraites te begeleiden, staat bekend om haar heldere en praktische uitleg van de leringen van de Boeddha. Ze is de auteur van *Open Heart, Clear Mind en Working with Anger.*

Een project voor het jaar 2002
Lama gevraagd...

Het Tibetaans Instituut in België probeert al meer dan twintig jaar de dialoog tussen oost en west te stimuleren. Het is altijd onze bedoeling geweest om in een open sfeer te onderzoeken op welke manier boeddhisme relevant is voor onze cultuur. Uit de stijgende interesse voor onze activiteiten kunnen we afleiden dat deze dialoog een almaar groeiende groep mensen aanspreekt. Dit alles is ondermeer te danken aan het hoge niveau van het onderricht dat door onze drie Lama's - Lama Karta, Lama Tashi Nyima en Lama Zeupa- gegeven wordt. Ze zijn jong, beschikken over de nodige kwalificaties en verstrekken graag onderricht.
In de dagelijkse contacten vanuit het instituut merken we dat veel mensen, vanuit hun eigen achtergrond en ideeën, nieuwsgierig zijn naar wat de lama's en het boeddhisme ons te vertellen hebben. Daaruit is het idee ontstaan om vragen te bundelen. 'Lama Gevraagd' is een project dat zal uitmonden in een boek, maar waarin we in eerste instantie de vragen van iedereen willen verzamelen en een idee krijgen van wat er op een breed maatschappelijk en cultureel niveau bij de mensen leeft.
Misschien bent u ouder en hebt u een vraag over de opvoeding van uw kind? Misschien bent u computerspecialist en zit u met een vraag over gevolgen van de technologische ontwikkeling? Misschien bent u leerkracht en vraagt u zich af hoe het met ons onderwijs verder moet? Misschien hebt u een heel persoonlijke vraag? Misschien ben je net 15 jaar geworden en wil je wel eens een en ander vragen aan zo'n lama?
De lama's staan open voor al uw vragen. Voel u dus vrij om zonder enige terughoudendheid een vraag te formuleren op het antwoordformulier bij deze brief. Elk onderwerp dat u zinvol lijkt, kan behandeld worden. Indien u een vraag instuurt, houden wij u op de hoogte van de verdere ontwikkeling van dit project.

Alvast hartelijk dank voor uw medewerking.

LAMA GEVRAAGD...



Naam : ....

Adres : ....

Gemeente : ....

Telefoon : .... E-mail : ....

Geboortedatum : .... Beroep : ....

Dit is (zijn) mijn vraag (vragen) : ....

....

....

....

....

VOOR 15 MAART 2002 TE STUREN OF TE FAXEN NAAR: Kunchab Publicaties • Kruispadstraat 33 • 2900 Schoten • fax: 03 685 09 91 • tibinst@skynet.be

Kalender der activiteiten

Januari 2002

zaterdag 5 en zondag 6 Brussel / Tibetaanse taal
maandag 7 Brussel / Gampopa, onderricht + tekststudie
dinsdag 8 Brussel / Stille meditatie
woensdag 9 Brussel / Edelmoedigheid, onderricht
donderdag 10 Schoten / Edelmoedigheid, onderricht
vrijdag 11 Schoten / Gampopa, onderricht + tekststudie
zaterdag 12 tot zondag 13 Yoga voor beginners, Lama Zeupa
woensdag 16 Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag 17 Schoten / Meditatie van Tchenrezig
zaterdag 19 Huy / Hoe de geest tot rust brengen?, dagprogramma
zondag 20 Schoten / Voorstelling voor kinderen om 10 u en geleid bezoek om 15 u
maandag 21 Schoten / Stille meditatie
woensdag 23 Brussel / Geduld, onderricht
donderdag 24 Schoten / Geduld, onderricht
zaterdag 26 Schoten / Hoe de geest tot rust brengen?, dagprogramma
zondag 27 Brussel / Mediteren: hoe en waarom?
woensdag 30 Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag 31 Schoten / Meditatie van Tchenrezig

Februari 2002

maandag 4 Brussel / Gampopa, onderricht + tekststudie
dinsdag 5 Schoten / Gampopa, onderricht + tekststudie
woensdag 6 Brussel / Moed en enthousiasme in de spirituele voortgang, onderricht
donderdag 7 Schoten / Moed en enthousiasme in de spirituele voortgang, onderricht
zaterdag 9 tot maandag 11 Huy / Drie dagen rituelen van Mahakala
woensdag 13 Tibetaans Nieuwjaar
zaterdag 16 tot zondag 17 Feest van het Tibetaans Nieuwjaar te Huy
woensdag 20 Brussel / Meditatie van Tchenrezig en Losarreceptie
donderdag 21 Schoten / Meditatie van Tchenrezig en Losarreceptie
vrijdag 22 Brussel / Uitzonderlijk bezoek van de Japanse meester Hozumi
zaterdag 23 tot zondag 24 Huy / Tara, onderricht en initiatie
woensdag 27 Brussel / Altruïsme, onderricht
donderdag 28 Brussel / Altruïsme, onderricht

Maart 2002

zondag 3 Brussel / Verschillende methodes om te mediteren, dagprogramma
maandag 4 Brussel / Gampopa, onderricht en tekststudie
dinsdag 5 Gent / Vlied: Schijn en werkelijkheid, voordracht
woensdag 6 Brussel / De wegen die leiden naar de verlichting (1), onderricht
donderdag 7 Schoten / De wegen die leiden naar de verlichting (2), onderricht
vrijdag 8 Schoten / Gampopa, onderricht en tekststudie
zaterdag 9 en zondag 10 Huy / Nyoeng nee gratis
maandag 11 Charleroi / ?
dinsdag 12 Vorstenbosch / Interrelatie en leegte
woensdag 13 Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag 14 Schoten / Meditatie van Tchenrezig
woensdag 20 Brussel / De wegen die leiden naar de verlichting (2), onderricht
donderdag 21 Schoten / De wegen die leiden naar de verlichting (2), onderricht
zaterdag 23 en zondag 24 Huy / Yoga voor gevorderden, Lama Zeupa
dinsdag 26 Gent / Vlied: Boeddhistische geluksopvattingen
woensdag 27 Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag 28 Schoten / Volle maan ritueel
zaterdag 30 tot zondag 31 Huy / De filosofische scholen van het boeddhisme, Lama Zeupa

April 2002

maandag 1 tot zondag 7 Huy / Powa, Lama Zeupa
zondag 14 Huy / Korte praktijk van de Boeddha, Lama Karta
woensdag 17 Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag 18 Schoten / Meditatie van Tchenrezig
vrijdag 19 Gaume
zaterdag 20 Huy / Inleiding tot het boeddhisme, Lama Karta
zondag 21 Huy / Mediteren: hoe en waarom?, Lama Karta
maandag 22 Gent / Vlied: Wijsheid en mededogen
woensdag 24 Brussel / Wijsheid en het niet-zelf, onderricht
donderdag 25 Schoten / Wijsheid en het niet-zelf, onderricht
vrijdag 26 Dojo Wavre, voordracht van Lama Karta

Mei 2002

woensdag	1	Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag	2	Schoten / Meditatie van Tchenrezig
zaterdag	4	Brussel / Geleid bezoek
zondag	5	Schoten / Geleid bezoek
donderdag	9	tot zondag 12 Huy / Raadgevingen dagelijks leven van grote meesters, Lama Karta
woensdag	15	Brussel / Meditatie van Tchenrezig
donderdag	16	Schoten / Meditatie van Tchenrezig
zaterdag	18	tot zondag 19 Shinee te Huy, voor beginners
maandag	20	Brussel / Gampopa, onderricht en tekststudie
dinsdag	21	Schoten / Gampopa, onderricht en tekststudie
woensdag	22	Brussel / Het boeddhisme: een filosofie of een religie?, onderricht
donderdag	23	Schoten / Het boeddhisme: een filosofie of een religie?, onderricht
vrijdag	24	Gent / Vlied: Boeddhistisch perspectief geluk
zaterdag	25	Brussel / Lodjong, training van de geest
zondag	26	Schoten / Merelbeke op bezoek
maandag	27	Schoten / Stille meditatie
dinsdag	28	Brussel / Stille meditatie
woensdag	29	Brussel / Gampopa, onderricht + tekststudie
donderdag	30	Schoten / Gampopa, onderricht + tekststudie

Juni 2002

zaterdag	1	tot zondag	2	Huy / Yoga voor beginners, Lama Zeupa
zaterdag	8	tot zondag	9	Huy / Shinee voor gevorderden, Lama Tashi Nyima
vrijdag	28	tot zondag	30	Huy / Karling Chitro
zaterdag	29	Huy / Het belang van ngeundro		

Juli 2002

maandag	1	tot vrijdag	5	Huy / Prosternaties
maandag	8	tot vrijdag	12	Huy / Dorjee Sempa
donderdag	11	tot zondag	14	Huy / Milarepa, 3 gezangen
maandag	15	tot vrijdag	19	Huy / Mandala
maandag	22	tot vrijdag	26	Huy / Goeroe yoga

Augustus 2002

donderdag	1	tot maandag	5	Huy / Zomerretraite, Lama Tashi Nyima
woensdag	7	tot zondag	11	Huy / Yoga, Lama Zeupa
donderdag	15	tot zondag	18	Huy / Lodjong
vrijdag	23	tot zondag	25	Huy / Tcheud



TIBETAANS INSTITUUT vzw

KARMA SONAM GYAMTSO LING

Kruispadstraat 33 B - 2900 SCHOTEN

tel: +32 03 685 09 19 fax: +32 03 685 09 91

e-mail: tibinst@skynet.be

Fortis: 220-0493023-08 PR: 000-0082782-41

INSTITUT YEUNTEN LING asbl

Château du Fond L'Evêque

4 promenade Saint Jean l'Agneau B - 4500 HUY

tél: +32 085 27 11 88 fax: +32 085 27 11 99

e-mail: tibinst@skynet.be

Fortis: 240-0291015-19 CCP: 000-1286817-15

NALANDA INSTITUUT vzw

Olmstraat -50

B - 1030 BRUSSEL

tél: +32 02 675 38 05 fax: +32 02 675 38 90

www.tibetaans-instituut.org